

# Caring



Hej föräldrar och vårdnadshavare,

Välkommen till enhet 2 i vår läroplan för Kindness in the Classroom. Under de kommande 4-6 veckorna kommer vi att lära oss allt om OMSORG. Eftersom detta fortfarande är ett ganska nytt koncept för barn i denna ålder kommer vi att fokusera på följande ämnen:

ÄMNE	FRÅGOR VI SKA UTFORSKA	HUR DU KAN HJÄLPA HEMMA
<b>Egenvård</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hur kan vi ta hand om oss själva?</li> <li>Vilka delar av vår dagliga rutin är vi ansvariga för?</li> </ul>	Prata med ditt barn om hur de kan ta hand om sig själva. Arbeta med dem för att identifiera hur de först och främst kan visa vänlighet mot sig själva.
<b>Hjälpsamhet</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hur kan vi använda vår tid och talang för att hjälpa andra, även utan att bli tillfrågad?</li> <li>Hur inspirerar det att hjälpa utan att fråga vänlighet i vår familj?</li> </ul>	Diskutera olika sätt ditt barn kan hjälpa till hemma.
<b>Tacksamhet</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hur visar våra ord och handlingar andra att vi är tacksamma för vem de är och vad de gör för oss?</li> </ul>	Hjälp ditt barn att träna på att visa tacksamhet mot både vuxna och barn deras liv med vänliga ord.
<b>Medkänsla</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hur känner du när du vill hjälpa andra?</li> <li>Hur kan du använda denna känsla för att ta hand om dem?</li> </ul>	Prata med ditt barn om personer i klassrummet som kan ha det svårt. Brainstorma hur de kan visa medkänsla för dem.

## Nyckelaktiviteter vi kommer att göra:

- Skapa ett egenvårdspussel!
- Gå på tacksamhetsjakt!
- Förutsäg hur andra kan känna!
- Utforska empati vs sympati!

Om du har några frågor om vår *Vänlighet i klassrummet* lektioner, vänligen kontakta mig när som helst. Vi är på denna vänlighetsväg tillsammans!

Vänliga hälsningar,

## PROVA DET HEMMA!

Gå på tacksamhetsjakt i ditt hem eller grannskap. Gör en lista över alla människor och saker du verkligen är tacksam för!

